Twenty FRESH 7

ANGEBOTS MAGAZIN

REZEPTE

Blumenkohlpizza
Kohlrabiblatt Pesto
Miracle Whip Kartoffelsalat mit Mediterranem Grillgemüse
Thailändischer Mango Salat

Obst, Gemüse & mehr

KW 34

WIE BESTELLE ICH?

Wir schicken 1x die Woche den aktuellen Katalog in die WhatsApp Gruppe!

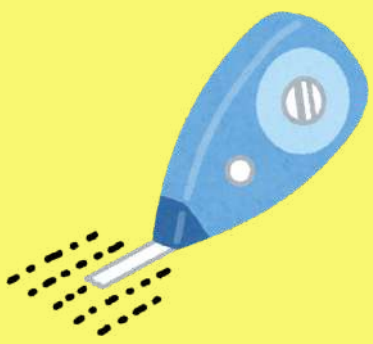
Suche dir deine Wunschartikel aus und bestelle direkt über die Gruppe, achte auf die genaue Angabe der gewünschten Artikel (z.B trocken oder frisch und die genaue Einheit) - Abholung erfolgt am darauffolgenden Tag - die Zeiten & Standort findest du immer in der Gruppenbeschreibung!

BITTE BEACHTE:

Gib bei deiner Bestellung immer deinen Namen oder Spitznamen an, damit wir deine Bestellung zuordnen können!

wichtig

Wenn du deine Nachricht abgeschickt hast bitte NICHT mehr löschen oder bearbeiten!



Du möchtest etwas Nachbestellen oder deine Bestellung korrigieren?
Kein Problem - schick eine NEUE Nachricht in die Gruppe und schreibe vor deinem Namen NACHBESTELLUNG oder KORREKTUR! So stellen wir sicher, dass nichts untergeht oder doppelt läuft.

BEISPIEL:

Max
1x Family Kiste
2er Erdbeeren
1x Bunte Kiste
16:35

Du
Max
1x Family Kiste
2er Erdbeeren

Nachbestellung für Max
1x Single Mix
16:36

HILF MIT!

Du möchtest unser Projekt unterstützen?
Wir sind ständig auf der Suche nach neuen Ortschaften!
Du hast einen Stellplatz oder eine Garage die du uns einmal die Woche für ca. 2 Stunden zur Verfügung stellen könntest?
Spitze!
Schick uns eine WhatsApp an die
0176 84248438 oder 0176 72585845 und vielleicht sind wir bald schon in deiner Ortschaft!
Natürlich erhältst du im Gegenzug auch eine Wertschätzung von uns! :-)

SPECIAL OFFER

RETTE & SPARE
UNSERE WOW DEALS!

~~14,99€~~
5,90€

nicht mal 0,15€ pro Tüte!

PAPRIKA CHIPS

GANZER KARTON 40 X 20G
MHD:21.10.2025

MIRACEL WHIP KARTOFFELSALAT MIT MEDITERRANEM GRILLGEMÜSE

Für 4 Portion:

800g kleine Kartoffeln
600g Gemüse (z.B. 1 kleine Zucchini, 1 Aubergine, 1 rote Paprika)
1 Knoblauchzehe
250ml Miracel Whip
4 Zweige Rosmarin
1 Grillschale

1. Kartoffeln waschen, je nach Größe halbieren oder vierteln und in Salzwasser ca. 10 Minuten kochen. Grillfunktion des Backofens anschalten, alternativ auf Maximaltemperatur vorheizen.

2. Gemüse putzen und in mundgerechte Stücke schneiden. Knoblauch schälen und grob hacken. Gemüse mit Knoblauch, 2 EL Miracel Whip sowie etwas Salz und Pfeffer vermengen. Zusammen mit dem Rosmarin auf einem Backblech im oberen Bereich des Ofens ca. 10 Minuten rösten, dabei einmal wenden.

3. Blätter von drei Rosmarinzweigen abstreifen und mit Kartoffeln und Grillgemüse vermengen. Übriges Miracel Whip unterheben und den Salat mit Rosmarinzweig garniert servieren.

4

Guten Appetit!

RETTE & SPARE
UNSERE WOW DEALS!

~~2,99€~~
1,00€

Zitronen BIO
500g

1,50€

Kiwi Gold
2er Schale, große Früchte

3,90€

Wassermelone
4 - 6 kg

~~2,69€~~
1,20€

Hela Tomaten Ketchup
300ml
MHD: 31.08.2025

~~5,30€~~
1,00€

MIRACEL WHIP VEGAN
2 x 250ml
MHD: Ende Juli 2025

~~5,26€~~
3,50€

Birkel DUO
2 x 600g
MHD: ende des Jahres 2025

~~3,98€~~
1,90€

Blattspinat
500g

1,20€

Single Mango Palmer
1 Stück

THAILÄNDISCHER MANGO SALAT

Für 4 Portionen:

3 Mangos
2 Paprika, rot
2 rote Zwiebeln
2 Jalapeño-Schoten
½ Bund Basilikum
100g Erdnüsse, geröstet

FÜR DAS DRESSING:

1 Limette
½ TL Ingwer, gerieben
1 EL Sesamöl
1 EL Sojasauce
1 TL Honig
1 Prise Salz

1. Mangos schälen, entkernen und in feine Streifen schneiden. Paprika abspülen, entkernen und entstielen, dann ebenfalls in dünne Streifen schneiden. Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. Jalapeños entstielen und in Ringe schneiden.
Alles in einer großen Schüssel gut vermengen.

2. Für das Dressing den Saft der Limette in eine kleine Schüssel pressen. Sesamöl und Sojasauce hinzufügen und gut verrühren. Ingwer schälen, fein reiben und ebenfalls in die Schüssel geben, dann den Honig unterrühren. Mit einer Prise Salz würzen und alles gründlich vermengen.

3. Das Dressing gleichmäßig über den Mango-Salat gießen und nochmals gut durchmischen.

4. Basilikum abspülen, abtropfen lassen und die Blätter abzupfen. Erdnüsse in eine Küchentüte geben und mit einem Fleischhammer zerstoßen.

5. Den thailändischen Mango-Salat portionsweise auf Tellern anrichten, mit den zerbröselten Erdnüssen bestreuen und mit ein paar Basilikumblättern dekorieren.

Guten Appetit!

RETTE & SPARE
UNSERE WOW DEALS!

~~11,98€~~
3,90€

Ferrero Rocher Moments Pralinen DUO
2 x 46,4g
MHD: 12.07.2025

~~1,87€~~
1,40€

Single Knoppers
6 x 25g
MHD: 11.08.2025

~~5,99€~~
2,90€

Kinder Schoko-Bons Crispy
67 g
MHD: 09.08.2025

~~8,28€~~
5,90€

Kids Cerealien DUO
1 x 325g & 1 x 375g
MHD: 10/2025

~~14,94€~~
9,90€

Family Knoppers
8x (6 x 25g)
MHD: 11.08.2025

~~7,78€~~
4,90€

Fitness Cerealien DUO
1 x 325g & 1 x 375g
MHD: 09/2025

~~33,29€~~
5,90€

Family Haribo Schlümpfe
28 x 75g
MHD: 07/2025

~~3,99€~~
1,90€

Takis Nacho
100g
MHD: Mitte Juni 2025

~~33,29€~~
5,90€

Family Haribo S´ghetti
28 x 75g
MHD: 08/2025

Blumenkohl, Ananas, Trauben kernlos & Steinobst garantiert!

16,90€
ca. **11** kg*

Family Mix

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Kleine Ananas,
Trauben,
Aprikosen und
Äpfel garantiert!

9,90€

ca. **5** kg*

Single Mix

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!
Artikel wie z.B. Fenchel können vor Ort getauscht werden 😉

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Single Obst

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 90% so aussehen!

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

*je nach Beschaffenheit der Artikel kann das Gewicht nach oben oder nach unten abweichen!

Grüne Kiste

Wir stellen euch bei jeder Verteilung eine Tauschkiste zur Verfügung, sollte dir also etwas in deiner Kiste nicht zu sagen, kannst du es vor Ort mit der Tauschkiste austauschen!

Salat-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 80% so aussehen!

Sommer Mix-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!

Bio Cherrytomaten
500g garantiert!

9,90€

Frühstück-Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu ca. 80% so aussehen!

MHD: Cornflakes & Müsli Ende 2025, Innocent Ende Juli, aber trotzdem lecker 😋

Kids Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **90%** so aussehen!

MHD: Nur Creamy Ende Mai 2025 und Schlümpfe Ende Juli 2025; Rest Ende August und aufwärts!

Äpfel neue deutsche Ernte & kiwi gold garantiert!

9,90€

Pausen Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **90%** so aussehen!

Gummi Mix Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **100%** so aussehen!

MHD: Schlümpfe ende Juli, rest August - ende des Jahres 2025

MHD tlw. überschritten aber getestet und garantiert gut!

12,90€

Bunte Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **90%** so aussehen!

MHD tlw. überschritten aber getestet und garantiert gut!

9,90€
zzgl.0,50€ Pfand

Netflix Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
DEINE Kiste wird zu **90%** so aussehen!

Chips Kiste

Aktuelle Zusammenstellung!
Sorte nach Verfügbarkeit!

MHD: 18.08.2025 bis Ende des Jahres 2025

Asia Mix

Aktuelle Zusammenstellung!
Sorte nach Verfügbarkeit!

MHD: Mitte August bis Ende des Jahres 2025, außer Pringles Ende Juni 2025

WOHER KOMMT UNSERE WARE?

Liebe Retter,

Unsere Lebensmittel kommen direkt aus der Produktion, aus den Großhandel-Strukturen oder vom Regionalen Bauern.

In der Regel handelt es sich dabei um Artikel die nicht in den den Supermarkt kommen. Wir retten keine Ware aus “Containern“.
Vielmehr bieten wir Produkte an, die aus unterschiedlichen Gründen aussortiert wurden, wie etwa kleine Schönheitsfehler, zu krumm, zu lang, ein nicht ausreichendes Mindesthaltbarkeitsdatum oder einfache Etikettierungsfehler.

Es handelt sich jedoch um vollständig genießbare und wertvolle Lebensmittel, die der Norm nicht entsprechen, aber dennoch qualitativ hochwertig sind.

Indem ihr bei uns einkauft, tut ihr nicht nur eurem Geldbeutel etwas Gutes, sondern unterstützt auch aktiv die Umwelt. Gemeinsam vermeiden wir unnötige Verschwendung und sorgen dafür, dass diese Produkte ihren Weg auf eure Teller finden, anstatt in den Müll zu wandern.

Danke, dass ihr ein Teil dieser Bewegung seid und mit uns einen Beitrag zur Lebensmittelrettung leistet!

Mahsum & William

WE ARE FAMILY

5,90€

Family - Fenchel
ca. 5 kg

~~39,69€~~
9,90€

Family - Haselnusskerne gehobelt & geröstet
21 x 100g
MHD: 04.09.2025

11,90€

Family - Nektarinen
ca. 7 kg

14,90€

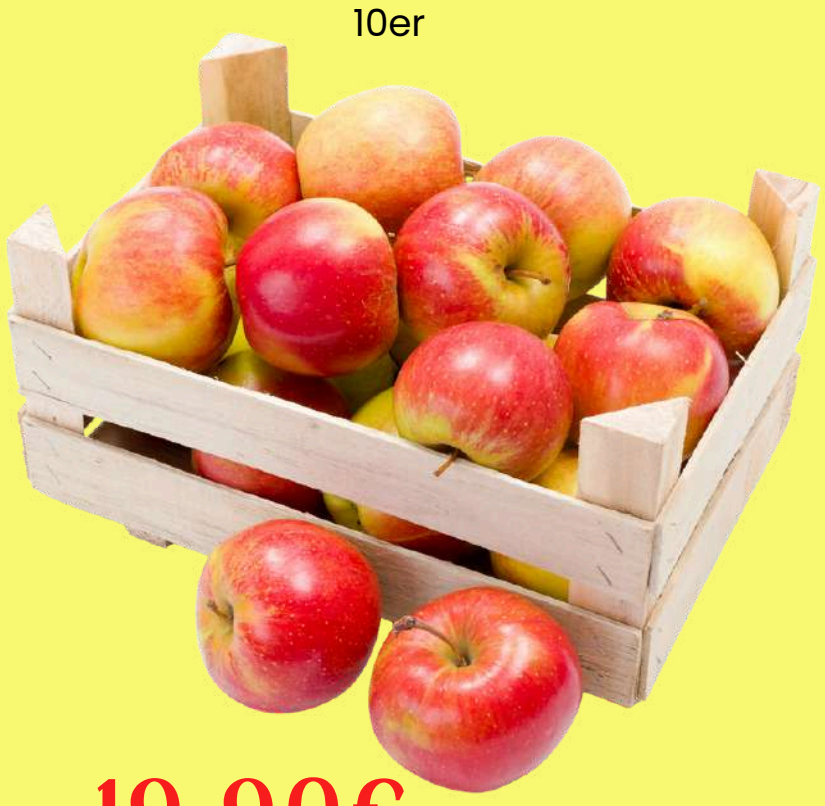
Family - Saftorangen
ca. 15 kg

7,90€

Family - Mango Palmer
10er

13,90€

Family - Aprikosen
10 x ca. 1kg



7,90€

Family - Kohlrabi
18er
mit grün

19,90€

Family - Apfel Boskop
10kg
deutsche neue Ernte!

KOHLRABIBLATT PESTO

- Kohlrabiblätter von 2-4 Kohlrabi (je nach Größe)
- 150g gemahlene Mandeln
- 1-2 Knoblauchzehen
- 100ml gutes Olivenöl
- 1 Zitrone
- Salz und Pfeffer

1. Die Kohlrabiblätter waschen, trocken tupfen und den meist harten Stielansatz entfernen.
2. Knoblauchzehen schälen und durch die Knoblauchpresse drücken.
3. Gemahlene Mandeln, Kohlrabigrün, Knoblauch und Olivenöl in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab kurz pürieren.
4. Anschließend mit einem Spritzer frischen Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.
5. Zur frischgemachten Pasta servieren, als Marinade zum grillen oder zum verfeinern von Suppen und Salaten.

Guten Appetit!

GREEN CHOICE

1,50€

Wirsingkohl
ca. 1,5kg

1,50€

Zucchini BIO
500g

2,50€

Kohl DUO
Weißkohl & Rotkohl
ca. 1,5 - 2,5 kg
Sorte nach Verfügbarkeit

~~1,99€~~
1,70€

Knoblauch getrocknet
ca. 250g

1,30€

Butternut Kürbis
1 Stück

~~2,49€~~
1,90€

Blumenkohl
mittel - groß
1 Stück

1,90€

BIO Cherrypflaumen Tomaten
500g

1,20€

Spitzkohl
1 Stück, klein bis mittel

1,50€

grüne Bohnen
ca. 300g

1,20€

Kohlrabi DUO
2 Stück
mit grün

BLUMENKOHLPIZZA

Für 4 Personen:

1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
1 Dose (425 ml) stückige Tomaten
Salz
Pfeffer
Zucker
1 TL getrockneter Oregano
1 (ca. 1 kg) Blumenkohl
300g Tomaten
2 Lauchzwiebeln
250g Mozzarella
200g Gouda (Stück)
½ Töpfchen Basilikum

1. Für die Tomatensoße Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin ca. 5 Minuten andünsten. Stückige Tomaten zugeben, aufkochen und unter Rühren ca. 5 Minuten köcheln. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker und Oregano kräftig abschmecken.

2. Blumenkohl putzen, in großen Röschen vom Strunk schneiden und waschen. In kochendem Salzwasser ca. 4 Minuten blanchieren. In ein Sieb gießen, kalt abschrecken.

3. Tomaten waschen, in Scheiben schneiden. Lauchzwiebeln putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Mozzarella in Scheiben schneiden. Ofen aus 200g Umluft vorheizen.

4. Für die Pizzaböden Gouda grob reiben. Blumenkohl grob raspeln. Gouda und Kohl mischen. Zwei Bleche mit Backpapier auslegen. Blumenkohlmasse halbieren, auf den Blechen zu je einem runden Pizzaboden (à ca. 30 cm Ø) dünn verstreichen. Nacheinander im heißen Backofen ca. 10 Minuten vorbacken.

5. Auf dem ersten Boden die halbe Menge Tomatensoße, Tomaten, Lauchzwiebeln und Mozzarella verteilen. Im heißen Ofen ca. 12 Minuten zu Ende backen. Inzwischen zweiten Boden ebenso belegen und zu Ende backen.

6. Basilikum waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen und grob hacken. Fertige Blumenkohlpizzen mit Basilikum bestreut servieren.

Guten Appetit!

SWEET & JUICY

1,90€

1er Aprikosen
1 kg

1,90€

Grapefruit DUO
große Früchte

4,90€

3er Aprikosen
3 x 1 kg

1,50€

1er Trauben dunkel kernlos
500g

~~2,99€~~
1,60€

helle Trauben BIO
400g

3,00€

3er Trauben dunkel kernlos
3 x 500g

~~2,25€~~
1,20€

dunkel Pflaumen
1 x 500g

2,50€

3er Boskop Äpfel
3 Stück ca. 900g - 1kg
deutsche neue Ernte!

1,50€

6er Bananen

~~6,39€~~
2,50€

Orangen
ca. 3 kg

OBST & GEMÜSE RICHTIG WASCHEN!

So gehts:

1. 1 EL Natron in einem Liter Wasser auflösen.
2. Obst, Salat oder Gemüse in die Mischung geben und für 15-20 Minuten einweichen.
3. 0,25 l Haushaltsessig und den Saft einer halben Zitrone hinzufügen. Die Mischung nochmals kurz einwirken lassen, bis sie aufhört zu blubbern.
4. Anschließend unter klarem Wasser abspülen.

Du wirst überrascht sein, denn manchmal bildet sich danach auf der Wasseroberfläche ein undurchsichtiger Film. Das sind die Substanzen, die du bestimmt nicht auf deinem Obst/Gemüse haben willst und die ausgeschwemmt wurden.

Tierische Freunde

FÜR TIERE

1,90€

Tierkiste - Gurken
2 kg

3,90€

Tierkiste - Kopfsalat
6er
gute Qualität!

WIR RECYCELN!

Wir nehmen alle Kartons und sonstiges Verpackungsmaterial wie Plastik oder Papierschalen, die noch in gutem Zustand sind,

mit Kusshand zurück.

Einfach bei eurer nächsten Abholung bei uns abgeben.
Vielen Dank!

REDUCE
REUSE
RECYCLE

Trockenartikel

CLEAN VIBES

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
6,90€

Rosenblüten & Morgentau Omo
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
6,90€

Marseille-Seife & Frühlingsblüten Omo
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,14€** pro Tab!

~~41,96€~~
24,90€

Omo Quartett
Waschmittel-Pods
Jede Sorte 1 x
4 x 42 Tabs (4 x 840g)

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
6,90€

Lavendel & Eukalyptus Omo
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

Nur **0,16€** pro Tab!

~~10,49€~~
6,90€

Weiße Orchidee & Minze Omo
Waschmittel-Pods
42 Tabs (840g)

SNACK & STOCK

1,30€

Frischhaltefolie
50m

5,90€

Buldak Hot Chicken Flavor
10 x 145g
MHD: 15.08..2025

SNACK ATTACK

~~3,78€~~
1,50€

Haselnusskerne DUO
gehobelt & geröstet
2x 100g
MHD: 04.09.2025
zum backen oder für´s Müsli

~~7,47€~~
3,30€

3er Mini Feigen
3 x ca. 250g
MHD: 03.10.2025

~~34,86€~~
9,90€

14er Mini Feigen
14 x ca. 250g
MHD: 03.10.2025

MHD!

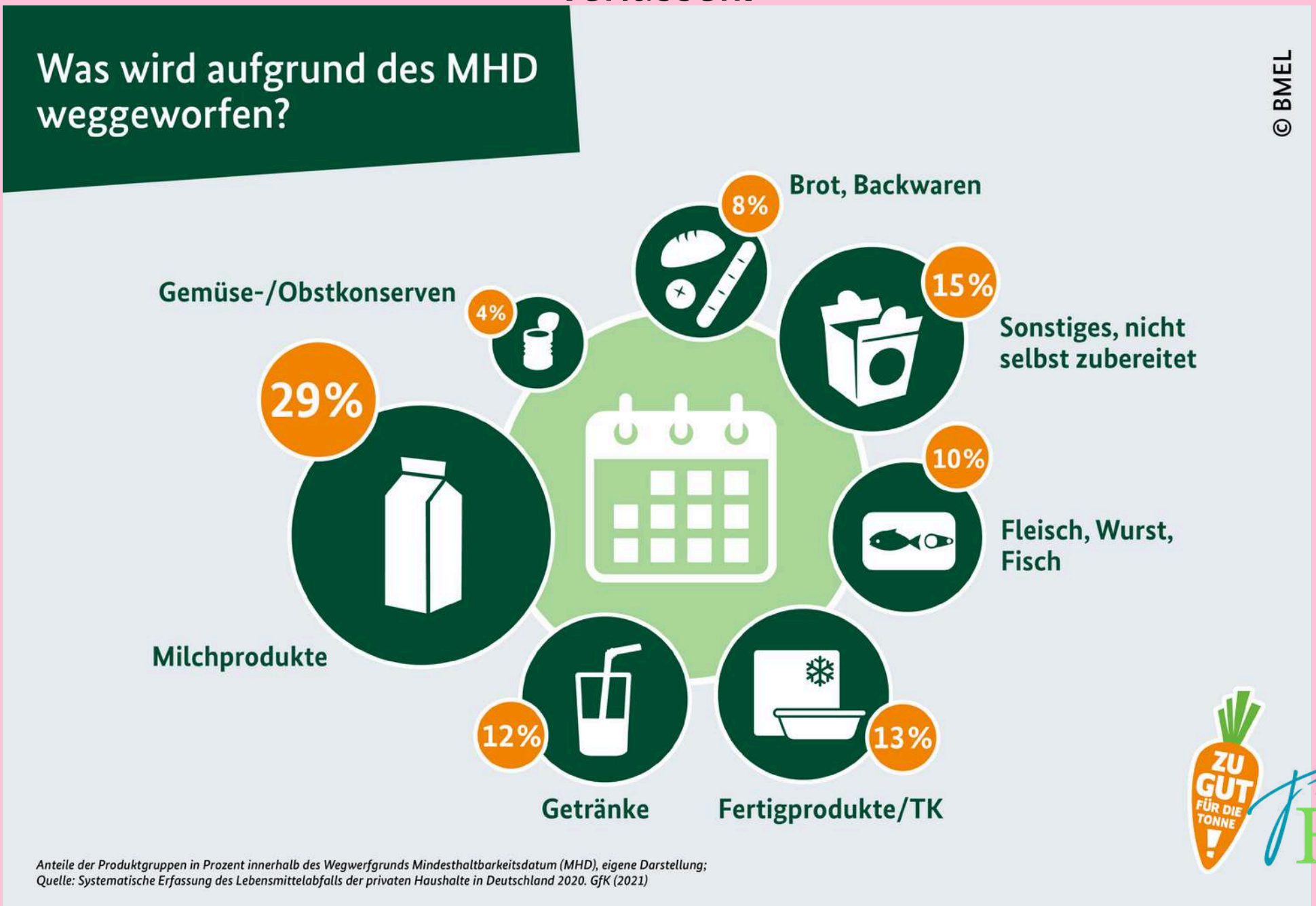
Entgegen der weit verbreiteten Annahme, das Mindesthaltbarkeitsdatum (MHD) sei ein Verfallsdatum, dient es in Wirklichkeit als Orientierungshilfe. Es gibt an, bis zu welchem Datum ein ungeöffnetes Lebensmittel seine typischen Eigenschaften wie Geschmack, Farbe oder Nährwerte garantiert behält – vorausgesetzt, es wird korrekt gelagert.

Lebensmittel mit abgelaufenem MHD sind also nicht automatisch verdorben und können fast immer noch genießbar sein. Dennoch sollten Sie vor dem Verzehr überprüfen, ob das Produkt noch in einwandfreiem Zustand ist. Verlassen Sie sich dabei auf Ihre Sinne: Lebensmittel, die ungewöhnlich riechen, schmecken oder ihre Farbe verändert haben, sollten nicht mehr verzehrt werden.

Besondere Vorsicht ist beim sogenannten Verbrauchsdatum geboten! Dieses Datum wird auf besonders leicht verderblichen Lebensmitteln wie Hackfleisch angegeben und lautet: „Zu verbrauchen bis…“. Nach Ablauf dieses Datums sollte das Produkt entsorgt werden, um gesundheitliche Risiken zu vermeiden.

Wird ein Artikel ordnungsgemäß gelagert, kann er oft noch Monate, in einigen Fällen sogar 1–2 Jahre nach Ablauf des MHD, genießbar sein.

Bei uns werden alle Artikel gründlich geprüft, bevor sie das Lager verlassen.



Candy Shop

Jetzt gibts was zu Naschen!

SWEET & SALTY

~~3,57€~~
2,90€

Ballz TRIO
3 x 75g
MHD: 20-23.08.2025

~~15,48€~~
5,90€

12er Bubble Gum
12 x 75g
MHD: 23.08.2025

~~15,48€~~
5,90€

12er Cheese Jalapeño
12 x 75g
MHD: 20.08.2025

~~15,48€~~
5,90€

12er Sucuk
12 x 75g
MHD: 21.08.2025

SWEET & SALTY

3,90€

Pringels Tomato flavor
110g
MHD: 26.06.25

4,90€

Cravingz Trio
2x100g
1x150g
Mhd 29.08.2025

1,90€

ToffeeCrisp
4 x 31g (124g)
MHD: 06/2025

~~4,98€~~
3,90€

Pringles DUO
2 x 165g
MHD:26.10.2025

1,90€

Hershey´s Mini Cookies
MHD: 01.10.2025

3,50€

Twix white
10 x (2x23g)
MHD: 18.08.2025

~~3,87€~~
1,50€

3er Haribo Schlümpfe
3 x 75g
MHD: 07/2025

~~3,87€~~
1,50€

3er Haribo S´ghetti
3 x 75g
MHD: 08/2025

SWEET & SALTY

4,90€

Zozole Mix
5 x 75g
MHD: April 2027

3,90€

3er Dinos
3 x 60g
MHD: Dezember 2025

4,90€

Sponjy Cake Trio
3 x 200g
MHD: 07.11.2025
Sorte nach Verfügbarkeit!

3,90€

4er Dipple Ring'z Zwiebelringe
4 x 65g
MHD: 10.03.**2026**

19,90€

Family Dipple Ring'z Zwiebelringe
26 x 65g
MHD: 10.03.**2026**

2,90€

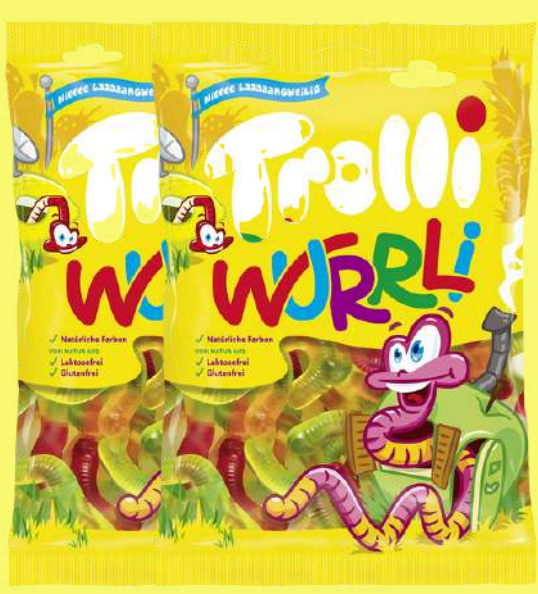
Bonbon Mix
3 x 75g
MHD: Juni 2026
Sorte nach Verfügbarkeit!

14,90€

Family Vollmilch Schokolade
21 x 100g
MHD: Juli 2026

1,90€

Vollmilch DUO
2 x 100g
MHD: Juli 2026



1,90€

Trolli DUO
2 x 100g
MHD: 18.09.2025

3,90€

Kinder Creamy 5 Stück
MHD: 29.05.2025

~~7,74€~~
3,90€

Krambals XL TRIO
3 x 140g
MHD: 11.08.2025

LEMON
lager
Juicy
GRAPE
FRUIT
fresh
milk
shake
Blueberry
STRAW
BERRY
CHERRY BERRY
appl
SUMMER
cocktail

Drinks

LIQUIDS

~~10,99€~~
5,90€

Small Family 4Bro Eistee Zitrone
8 x 500ml
MHD: ende Juli 2025

~~10,32€~~
2,90€

Big Family 4Bro Eistee Zitrone
8 x 1L
MHD: ende Juni 2025

~~2,58€~~
1,00€

DUO 4Bro Eistee Zitrone
2 x 1L
MHD: ende Juni 2025

8,90€

Ozean bomb Gohan Traube
10 x 330 ml
MHD: 02.08.2025
Preis zzgl. 2,50€ Pfand

12,90€

ROTER Apfelsaft
aus rotfleischigen Kissable Äpfeln
5l, MHD: 12.12.2025

RETTEST DU SCHON?

Du möchtest mit uns Lebensmittel retten, weißt aber nicht wo?

Kein Problem, schick uns einfach eine WhatsApp an die
0176 84248438 (William) oder
0176 72585845 (Mahsum) mit deinem Wohnort und wir schicken dir alle Details zum Standort in deiner Nähe!

Impressum
Welk,William & Kara, Mahsum GbR
Niedernstraße 12
33602 Bielefeld